

Утверждаю

заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
Колтунова О. А./

МЕНЮ

29 мая 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,5	5,6	10	97	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,9	7,5	20	171	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	4,4	4,7	12,3	109	0,8
Итого			325	11,8	17,8	42,3	377	1,6
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	195	2,9	1	41	187	19,5
Итого			195	2,9	1	41	187	19,5
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,3	6,7	4,2	95	0,5
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	50	12	11,3	7,9	181	0,4
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	150	3,8	3,2	17,2	115	33,4
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150			19,3	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб-ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			570	22,5	21,5	65,1	548	34,3
Полдник								
2012	319	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,8	4,5	21,3	140	9,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,1		6	25	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	6,5	4,8	42,3	237	0
Итого			420	17	14,5	79,6	515	10,4
Всего				54,2	54,8	228	1627	65,8

повар _____

Утверждаю

заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
Колтунова О. А./

МЕНЮ

29 мая 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	1,5	6,4	10,1	104	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7	8,6	26,7	212	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,3	4,7	14,2	117	0,8
Итого			406	12,8	19,7	51	433	1,6
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	200	3,1	1	42,8	196	20,4
Итого			200	3,1	1	42,8	196	20,4
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	5,5	9,3	6,1	131	0,8
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	60	14,1	13,2	8,4	208	0,5
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	150	4,4	3,2	14,9	109	37,3
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180			22,8	91	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			640	27,1	26,1	72,8	639	38,6
Полдник								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,7	5	22,4	150	10,6
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) (крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	2,3	3,2	24,8	138	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	190/7			8	33	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	7	7,5	46,4	283	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			477	18	18	91,7	605	11,5
Всего				61	64,8	258,3	1873	72,1

повар _____